

И.О.заведующего: И.В. Мокшина

МБДОУ «Детский сад №49 «Мальбика»

Меню на 14.11.2023г.



Завтрак		До 3л	До 7л	ккал
1	Каша молочная пшеничная(кукурузная) жидкая	140	160	105,77/157,26
2	Бутерброд с сыром	10/23	13/29	109,62/137,03
3	Какао с молоком	180	200	106,45/118,29
	Итого:	353	402	
	Йогурт снежок	96	96	94,52/94,52
Обед				
1	Салат из моркови	30	43	36,77/61,28
2	Суп картофельный с бобовыми	150	180	72,9/87,48
3	Печень говяжья по-строгановски	43/8	48/14	94,76/132,66
4	Картофельное пюре	104	121	100,56/118,84
5	Кисель из яблок сушеных	150	180	93,27/111,92
6	Хлеб пшеничный	23	29	95,6/119,5
7	Хлеб ржаной	32	39	95,6/119,5
	Итого:	540	654	
Уплотненный полдник				
1	Печенье «Курабье»	22	22	148,33/148,33
2	Фрукты- яблоко	79	79	42,75/42,75
3	Вареники ленивые	99	113	205,47/237,08
4	Чай с лимоном	150	180	46,20/55,44
5	Хлеб пшеничный	7	14	89,75/119,5
	Итого:	357	408	
	Итого за день:	1346	1560	1491,06/1803,88
	Калькулятор: В.В. Нарожнова			
	Повар: Н.Р. Чугарова			